



AGIR
INNOVER
MOBILISER
ESSAIMER

Joyeuse, le 27/01/2025



INITIATION AU NUMERIQUE

et services en ligne Assurance Retraite CARSAT

Bonjour,

L'association **A.I.M.E** (Agir Innover Mobiliser Essaimer) en partenariat avec **La Carsat Rhône Alpes**, propose sur le territoire du **Pays Beaume-Drobie**, des ateliers numériques à destination des seniors.

En effet, la digitalisation de la société est un véritable levier de promotion du bien vieillir puisqu'elle favorise le lien social, l'accès à l'information et aux droits, à la communication à distance, aux réseaux sociaux et aux actions de prévention à domicile.

Pour répondre aux attentes des assurés, la Carsat Rhône-Alpes propose et développe des services en ligne pour gérer la retraite et pour bien vivre son âge, sans oublier ceux qui ont besoin d'être accompagnés dans leurs usages numériques. Ainsi, pour lutter contre la fracture numérique, elle pilote depuis 2016 l'organisation d'ateliers d'initiation au numérique sur le territoire rhônalpin en lien avec son réseau de partenaires.

- **Public cible**

Les personnes de 55 ans et plus, en priorité fragilisées au sens de l'un ou plusieurs critères suivants : faibles ressources, isolement (géographique, familial, social), faible autonomie administrative, faisant face à une situation de rupture (veuvage, hospitalisation du conjoint, nouveau retraité), rencontrant des difficultés dans l'utilisation du numérique.

- **Les ateliers**

Durée des ateliers : 14 semaines à fréquence d'une séance de **2h par semaine**.

Dates des ateliers : tous les lundis du 10 mars au 23 juin de 14h à 16h (sauf lundi de Pâques le 21 avril et lundi de Pentecôte le 9 juin).

Lieu : dans les locaux de AIME à Joyeuse (ancien Foyer de Jalès)

Coût : Gratuits (ateliers financés par la CARSAT Rhône-Alpes)

Le parcours s'adresse à un groupe de **7 à 10 personnes**, qui va suivre l'ensemble des séances.

L'atelier est animé par notre conseillère numérique, sensibilisée aux spécificités d'un public senior et en capacité de mettre en œuvre des outils d'animation et une pédagogie adaptée à chaque apprenant.

Ces ateliers s'inscrivent dans une continuité de services et favoriser le lien social. Une suite à ces ateliers sera proposée, soit par l'association A.I.M.E, soit en lien avec des partenaires offrant aux seniors un espace libre-service en proximité, afin que les personnes ne disposant pas de matériel puissent venir se connecter.

Contenu des ateliers :

- Acquérir les connaissances de base à l'utilisation de(s) outil(s) numérique(s) : découvrir l'ordinateur, utiliser la souris et le clavier, se repérer sur le bureau (ordinateur, tablette)
- Acquérir des connaissances et/ou une plus grande aisance dans l'utilisation du bureau, les logiciels (cf. logiciels libres), la navigation Internet (lancer des recherches, analyser les résultats...), la gestion des mails
- Savoir mettre en page un texte, compléter un formulaire en ligne, créer des mots de passe sécurisés, acquérir des réflexes de vigilance quant à la sécurité sur Internet : protection des données personnelles, virus, fiabilité des sites, articles, publicité, accroches diverses (hameçonnage notamment), etc.
- Connaître et utiliser les outils d'échanges : messageries, réseaux sociaux, et visioconférence, ...
- Sensibiliser les seniors aux potentialités des outils numériques et d'Internet pour la recherche d'information et les diverses démarches administratives
- Connaître les sites institutionnels concernant la prévention des risques liés au vieillissement et le bien vieillir.

Le dernier temps de cet accompagnement sera consacré aux services en ligne de l'Assurance Retraite et Prévention pour Bien Vieillir de la Carsat Rhône-Alpes. Il s'agira d'aider à la création de comptes personnels sur l'Assurance Retraite et les Services + de la Carsat Rhône-Alpes et à la découverte de ces espaces :

1. Réaliser son bilan en prévention
2. S'inscrire à un atelier ou une conférence en présentiel
3. S'inscrire à un atelier ou une conférence en ligne
4. Rejoindre la communauté de seniors

Nous vous serions très reconnaissants si vous pouviez proposer ces ateliers aux membres de votre association, avec la possibilité de diffuser et afficher notre communication dans vos locaux, vos sites internet et réseaux sociaux.

Nous espérons que ces ateliers rencontreront un accueil positif et restons à votre disposition au **04 75 39 96 33** pour échanger plus en détails.

Très cordialement,

L'équipe de AIME